

Il giornalino
dell'Associazione
Insieme si Può

giorno	Spuntino di metà mattina	attività mattina	Pranzo			attività pomeriggio
			Primo	Secondo	Frutta	
Lunedì	Macedonia		Pasta con pomodoro, tonno e olive	Insalata di cappucci	\	
	\		1-4-7	\	\	
26/7	Chiara		Chiara	Chiara	\	
Martedì	Spiedino tropicale		Tacos di carne con salse	Insalata alla mexicana con tortillas	\	
	\		6-7-9-12	\	\	
27/7	Simone		Simone	Simone	\	
Mercoledì	Aperitivo con crostino		Cous cous con zucchine e gamberi	Insalata mista	\	
	1-7		1-2	\	\	
28/7	Silvia		Silvia	Silvia	\	
Giovedì	Crema al caffè		Insalata di pasta	zucchine trifolate	\	
	7		1-7	6-7-9-12	\	
29/7	Teresa		Teresa	Teresa	\	
Venerdì	Albicocche		Gnocchi al pomodoro	Radicchio variegato e cetrioli	\	
	\		1-7	\	\	
30/7	Rudi		Rudi	Rudi	\	
1 Glutine 2 Crostacei 3 Uova 4 Pesce 5 Arachidi 6 Soia 7 Latticini 8 Frutta a guscio 9 Sedano 10 Senape 11 Sesamo 12 Solfiti 13 Lupini 14 Molluschi						

L'ANGOLO
DELLA COMUNICAZIONEdi Alessio Cantarutti -
Coordinatore Responsabile -

Si informa che:

- con l'arrivo della bella stagione, è ricominciata l'attività di giardinaggio nel nostro giardino! Si chiede di fornire un cambio completo per i lavori all'esterno;

- siamo tutti caldamente invitati ad attenerci alle disposizioni per il contenimento del rischio contagio da COVID-19 e Vi ringraziamo della Vs. certa e costante collaborazione;

- si ricorda che, come sottoscritto dai Tutori/AdS/Familiari nel patto di corresponsabilità prima dell'inizio degli Interventi Straordinari, ogni variazione dello stato di salute dell'Ospite o di un familiare convivente, va comunicato anche per iscritto tramite il modulo "Allegato 6 - Scheda variazione stato salute" di cui avete ricevuto duplice copia all'atto di sottoscrizione del "Patto di corresponsabilità" e nel caso si manifestasse febbre > 37,5°C o uno dei sintomi, l'Ospite non potrà partecipare agli interventi straordinari presso i locali del C.S.R.E. "Chiara Aquini";

- per contattare il C.S.R.E. siete pregati di continuare a contattarmi al cellulare, al nostro numero fisso continuerà a rispondere il Gruppo Appartamento;

RingraziandoVi per la pazienza e per le attenzioni e restando a disposizione per eventuali chiarimenti, porgo cordiali saluti.

DA NON PERDERE

Martedì 27 luglio - ore 20.30
Parco Marisa Troiano
(Reana)

La compagnia dei Riservati, in collaborazione con **Insieme si può**, propone un nuovo salotto open air dedicato alla tradizione orale del racconto dove tutti possono condividere ciò che desiderano. Il tutto allietato dalla musica dei giovani della **Banda Filarmonica di Vergnacco**

Ingresso libero ma prenotazione obbligatoria
Contatti:
lacompaniadeiriservati@gmail.com

La panchina del Book Sharing al
Bosco Romagno



**RACCONTI
sotto le
STELLE**
STORIE DAL MONDO
martedì 27 luglio - ore 20.30
Parco Marisa Troiano - Reana del Rojale

La Compagnia dei Riservati, in collaborazione con **Insieme si può**, propone il nuovo salotto open air dedicato alla tradizione orale del racconto dove tutti possono condividere ciò che desiderano. Il tutto allietato dalla musica dei giovani della **Banda Filarmonica di Vergnacco**

Ingresso libero con prenotazione obbligatoria
lacompaniadeiriservati@gmail.com

Passeggiando per Zompitta

di Luigi Cericco



1. Questo è un Nocciolo



2. Questo è un Fico invece



3. Questo è una Felce selvatica



3. Altro esempio di Felce

1. NOCCIOLO: albero da frutto. Può crescere come cespuglio o albero. Può arrivare fino a 4 metro, se lasciato allo stato selvatico, anche fino a 7! Il frutto è la nocciola, avvolta da un guscio vegetale di cui si libera a maturazione e cade.

2. FICO: è un albero da frutto. La foglia è larga, latifolia. La corteccia è rugosa, la linfa è di un bianco latte (la si nota quando si stacca un fico dal ramo!). Produce fichi che maturano alla fine dell'estate. Possono essere sia bianchi che neri.

3. FELCI SELVATICHE: sono piante che si trovano comunemente nei boschi. Nascono in modo spontaneo, da sole. Ci sono molti tipi; durante la nostra passeggiata ne abbiamo trovati due tipi!

4. ORTICA: è una pianta erbacea perenne. Ha un fusto eretto, poco ramificato e molto peloso. Le foglie sono grandi, lanceolate. Foglie e fusti sono ricoperti da peli che contengono una sostanza urticante che la pianta usa per difendersi. Vi consiglio di non toccarla!

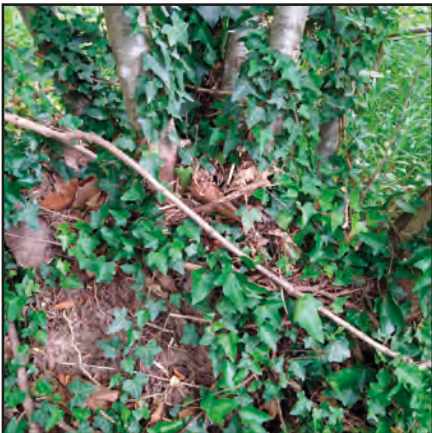
5. EDERA: è una pianta rampicante; si attacca sugli alberi, sui muri... è molto resistente grazie alle sue minuscole ventose! E' una pianta longeva; può vivere fino a 400 anni! Non è una pianta parassita come si può pensare perchè non risucchia la linfa della pianta di sostegno ma si avvolge attorno così stretta da togliere l'aria e la luce o lo spazio per espandersi!

6. QUERCIA: comprende molte specie di alberi. Il frutto è la ghianda; un frutto secco rivestito da una specie di cupola. Ha le foglie larghe con i margini ondulati

7. ACACIA: è un albero che vive nei boschi. Tra maggio e giugno nascono fiori bianchi o giallastri, molto profumati. La corteccia è marrone scuro e ricoperta di spine. Vi consiglio di stare attenti quando vi avvicinate! Con il nettare dei fiori di acacia si ricava dell'ottimo miele!



4. Occhio alle Ortiche



5. La rampicante Edera



6. Foglie di Quercia...



7. ... e di Acacia

Totale Relax con il cuscino per l'agopressione



Le mie ferie a Sappada

di Silvia Ballarin

Anche quest'anno siamo andati a Sappada; abbiamo chiamato la signora Lorenzina e ci siamo accordati per passare qualche giorno in montagna.

Il primo giorno abbiamo fatto una camminata a Cima Sappada.

Quest'anno con noi c'era anche il cane di mia sorella, Astra. Ho passato delle bellissime giornate tra boschi e torrenti dove Astra si tuffava divertendosi. Io le dicevo di nuotare, anche nell'acqua un po' alta e lei ci riusciva! Muoveva le zampe davanti e quelle dietro nell'acqua del torrente.

Un giorno con la mamma e il papà siamo andati fino al rifugio Calvi e abbiamo visto le marmotte. Era bellissimo anche perchè c'era la neve e Astra scivolava, sembrava quasi stesse sciando!

Associazione Insieme si Può Onlus - Via Vittorio Veneto 136, 33010 Reana del Rojale (UD) - 0432 857786 - isp@associazioneinsiemesipuo.it - www.associazioneinsiemesipuo.it

94019500308

Da una visione lungimirante che voleva offrire un'accoglienza a misura di Persona, nel 1987 nasce l'Associazione Insieme si Può. Tali intenti ispirano ancora tutte le nostre azioni dove il fulcro è stato, è e vuole continuare ad essere, la ricerca di un maggiore livello di Qualità di Vita delle Persone accolte a Casa "Chiara Aquini".

Se anche quest'anno vorrai scegliere di accordarci la Tua fiducia, sapremo mettere a frutto il Tuo aiuto in modo concreto e trasparente. Potrai indicare nella dichiarazione dei redditi, nel riquadro del 5% alle ONLUS, il nostro codice fiscale.

Il Tuo sostegno ci permetterà di continuare ad essere un significativo punto di riferimento sul territorio.

A nome di tutte le persone che fanno parte dell'Associazione, Ti ringraziamo per quanto vorrai e potrai fare!